༄༅། །དབུ་མའི་ལྟ་ཁྲིད་དྲན་པ་བཞི་ལྡན་གྱི་མགུར་དབྱངས་དངོས་གྲུབ་ཆར་འབེབས་བཞུགས་སོ། །

Aquí se encuentra la canción sobre las cuatro atenciones de la instruccion en la visión del camino medio que cae como lluvia.

དྲན་པ་དང་པོ། བླ་མ་སངས་རྒྱས་སུ་དྲན་པ་ནི།

/Primera atención: Atención en el maestro como el Buda./

ཐབས་ཤེས་ཟུང་འཇུག་འགྱུར་མེད་ཀྱི་གདན་སྟེང་ན།།

/Sobre el asiento de la unión inmutable del método y sabiduría./

སྐྱབས་ཀུན་ངོ་བོ་དྲིན་ཅན་གྱི་བླ་མ་བཞུགས།།

/permanece el maestro que posee el significado del refugio completo./

སྤངས་རྟོགས་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཤིག་དེ་ན་གདའ།།

/Allí está el Buda perfecto que ha disipado todo lo negativo y realizado toda virtud/

སྐྱོན་རྟོག་སྤངས་ནས་དག་སྣང་གིས་གསོལ་བ་ཐོབ།།

/por superar las negatividades tiene la visión pura, a ti hago suplicas./

རང་སེམས་རྒྱ་ཡན་དུ་མ་འཛོག་མོས་གུས་ཀྱི་ངང་དུ་ཞོག །

/No dejes a tu mente divagar y establécela en el respeto,/

དྲན་པ་བརྗེད་མེད་དུ་བྱས་ནས་མོས་གུས་ཀྱི་ངང་དུ་བྱུངས།།

/habiendo hecho esto mantén una atención plena en el respeto./

དྲན་པ་གཉིས་པ། སེམས་ཅན་ཕ་མར་དྲན་པ་ནི།

/Segunda atención: Atención en los seres como los padres y madres./

འཁོར་བ་མཐའ་མེད་སྡུག་བསྔལ་གྱི་བཙོན་རྭ་ན།།

/En la prisión del sufrimiento de la existencia cíclica sin principio/

བདེ་བས་ཕོངས་པའི་རིགས་དྲུག་གི་སེམས་ཅན་འཁྱམས།།

/vagan los seres de los seis reinos despojados de felicidad,/

དྲིན་གྱིས་བསྐྱངས་པའི་ཕ་མ་རྣམས་དེ་ན་གདའ།།

/allí están todos los padres y madres que te han protegido con bondad./

ཆགས་སྡང་སྤངས་ནས་གཅེས་འཛིན་དང་སྙིང་རྗེ་སྒོམས།།

/Eliminando el apego y aversión, medita en el cariño y la compasión./

རང་སེམས་རྒྱ་ཡན་དུ་མ་འཛོག་སྙིང་རྗེ་ཡི་ངང་དུ་ཞོག །།

/No dejes a tu mente divagar y establécela en la compasión,/

དྲན་པ་བརྗེད་མེད་དུ་བྱས་ནས་སྙིང་རྗེ་ཡི་ངང་དུ་ཟུངས།།

/habiendo hecho esto mantén una atención plena en la compasión./

དྲན་པ་གསུམ་པ། རང་ལུས་ལྷ་སྐུར་དྲན་པ་ནི།

/Tercera atención: Atención en el cuerpo propio como el cuerpo de la deidad./

དབུ་མའི་ལྟ་ཁྲིད་ བཞི་ དྲན་པ་བཞི་

སྐྱིད་དུ་ཚོར་བ་བདེ་ཆེན་གྱི་གཞལ་ཡས་ན།།

/En la mansión divina del gran gozo, placentero a las sensaciones,/

ཕུང་ཁམས་དག་པ་རང་ལུས་ཀྱི་ལྷ་སྐུ་བཞུགས།།

/reside el cuerpo de la deidad, el cual es tu propio cuerpo de agregados y constituyentes puros./

སྐུ་གསུམ་དབྱེར་མེད་ཡི་དམ་ཞིག་དེ་ན་གདའ།།

/Allí está el Yidam con tres cuerpos inseparables,/

ཐལ་བར་མ་འཛིན་ང་རྒྱལ་དང་གསལ་སྣང་སྦྱོངས།།

/no concibiéndote como ordinario, practica en el orgullo divino y la apariencia clara./

རང་སེམས་རྒྱ་ཡན་དུ་མ་འཇོག་ཟབ་གསལ་གྱི་ངང་དུ་ཞོག །།

/No dejes a tu mente divagar y establécela en lo profundo y luminoso,/

དྲན་པ་བརྗེད་མེད་དུ་བྱས་ནས་ཟབ་གསལ་གྱི་ངང་དུ་སྐྱངས།།

/habiendo hecho esto mantén una atención plena en lo profundo y luminoso./

དྲན་པ་བཞི་བ་ཆོས་ཉིད་དྲན་པ་ལ་གཉིས་ལས།

/Cuarta atención: Atención en la realidad en dos partes./

དང་པོ་མཉམ་བཞག་ཏུ་སྟོང་སངས་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུར་དྲན་པ་ནི།

/Primera parte: Estabilización meditativa en la visión del espacio como vacio./

སྣང་ཞིང་སྲིད་པའི་ཤེས་བྱ་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་ན།།

/En la esfera de apariencia de los objetos de conocimiento que/

ཆོས་ཉིད་དོན་དམ་འོད་གསལ་གྱི་ནམ་མཁས་ཁྱབ།།

/impregnan el espacio de la luz clara el cual es la realidad, lo último,/

བརྗོད་བྲལ་དོན་གྱི་གནས་ལུགས་ཤིག་དེ་ན་གདའ།།

/un modo inexpresable de ser de los objetos está allí,/

བློས་བྱས་སྤྲངས་ནས་སྟོང་སངས་ཀྱི་ངོ་བོར་ལྟོས།།

/disipando las fabricaciones mentales, mira a la entidad de vacuidad inmaculada./

རང་སེམས་རྒྱ་ཡན་དུ་མ་འཇོག་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་ངང་དུ་ཞོག །

/No dejes a tu mente divagar y establécela en la realidad,/

དྲན་པ་བརྗེད་མེད་དུ་བྱས་ནས་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་ངང་དུ་ཟུངས།།

/habiendo hecho esto mantén una atención plena en la realidad./

གཉིས་པ་རྗེས་ཐོབ་ཏུ་སྣང་སྟོང་སྒྱུ་མ་ལྟ་བུར་དྲན་པ་ནི།

/ Segunda parte: Post-meditación en la visión de lo ilusorio como apariencia-vacuidad./

སྣང་བ་སྣ་ཚོགས་ཚོགས་དྲུག་གི་བཞི་མདོ་ན།།

/En la encrucijada de la variedad de apariencias y las seis consciencias/

གཞི་རྩ་བྲལ་བའི་གཉིས་ཆོས་ཀྱི་ཟ་ཟི་མཐོང་།།

/se observa la confusión del fenómeno sin base de la dualidad./

བསླུ་བྱེད་སྒྱུ་མའི་ལྟད་མོ་ཞིག་དེ་ན་གདའ།།

/El espectáculo ilusorio de un mago engañoso esta allí./

བདེན་ནོ་མ་སྙམ་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོར་ལྟོས།།

/Sin pensar que son reales, observa su entidad de vacuidad./

རང་སེམས་རྒྱ་ཡན་དུ་མ་འཇོག་སྣང་སྟོང་གི་ངང་དུ་ཞོག །

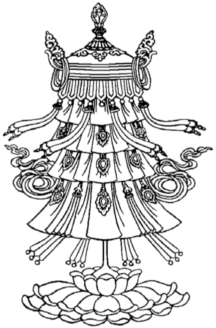
/No dejes a tu mente divagar y establécela en la apariencia y vacuidad,/

དྲན་པ་བརྗེད་མེད་དུ་བྱས་ནས་སྣང་སྟོང་གི་ངང་དུ་ཟུངས།།

/habiendo hecho esto mantén una atención plena en la apariencia y vacuidad./

དེ་ལྟར་རྗེ་བཙུན་འཇམ་དབྱངས་ཀྱིས་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོར་དངོས་སུ་གནང་ཞིང་རྗེ་བཙུན་ཤེས་རབ་སེངྒེ་ལ་བརྒྱུད་པའི་གདམས་ངག་ཁྱད་པར་ཅན་དྲན་པ་བཞི་ལྡན་གྱི་ལྟ་ཁྲིད་དང་སྦྲེར་བའི་མགུར་དབྱངས་འདི་ཡང་རང་གཞན་ཀུན་ལ་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བའི་བག་ཆགས་འཇོག་པའི་ཆེད་དུ་ཤཱཀྱའི་དགེ་སློང་བློ་བཟང་སྐལ་བཟང་རྒྱ་མཚོས་བསྡེབས།།

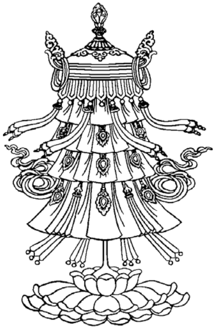
/Así lo dio personalmente el Venerable Manjushri al majestuoso rey de la doctrina Tsongkhapa, el linaje se transmitió a Yetsun Sherab Senge con instrucciones específicas sobre la visión que posee las cuatro atenciones combinado además con la canción espiritual. Que se establezca una huella de la visión correcta para el beneficio de todos los seres Gelong de Shakya Lobsang Kelsang Gyatso (7mo Dalai Lama)./



Dedicamos la elaboración de este libro para la larga vida de Su Santidad el XIV Dalai Lama y la larga vida de todos los maestros de excelentes linajes. Así como para que sea una gota del océano de méritos que son la causa de la libertad del sufrimiento de todos los seres.

Las personas de Budismo Clásico han elaborado este texto con la intención de que traiga beneficio a muchos seres, cualquier error que se encuentre en el mismo es producto tan solo de quienes lo han elaborado y jamás de las perfectas enseñanzas del Victorioso.

Deseamos recordar que los textos de Dharma son sagrados y por lo tanto pedimos a las personas que los cuiden y mantengan en lugares elevados, no pasen sobre ellos y en caso de tenerlos en físico no tirarlos, cuando ya no se utilicen es mejor quemarlos.



Si necesita contactarnos puede escribir al correo: budismoclasico@gmail.com